



Arthur Sales Vasconcelos

140050320

Análise Motivacional aplicada a um time Universitário de Rugby

BRASÍLIA

2017

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA – FEF, UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA - UnB

ARTHUR SALES VASCONCELOS

Análise Motivacional aplicada a um time Universitário de Rugby

BRASÍLIA

2017

ARTHUR SALES VASCONCELOS

Análise Motivacional aplicada a um time Universitário de Rugby

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Universidade de Brasília, como parte das exigências para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.
Orientador: Prof. Dr. Alexandre Gonçalves Rezende

BRASÍLIA

2017

ARTHUR SALES VASCONCELOS

Análise Motivacional aplicada a um time Universitário de Rugby

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Universidade de Brasília, como parte das exigências para a obtenção do título de bacharel em Educação Física.

Brasília, 11 de dezembro de 2017.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Alexandre Luiz Gonçalves de Rezende
Universidade de Brasília

Prof. Ms. Lúcia Kobayashi
Universidade de Brasília

Prof. Dr. Leonardo Lamas Leandro Ribeiro
Universidade de Brasília

Dedico primeiramente à Deus pela força e misericórdia, à minha família, mas principalmente aos meus pais por terem me formado e educado com tanto amor, aos meus tios e tias que me ensinaram a ser um profissional com caráter, a mulher da minha vida pelo carinho e proteção sendo meu maior presente durante a minha graduação e aos meus amigos e professores que me formaram e ensinaram a aprender com as diferenças e a minha eterna amiga Renata.

“Indo e vindo, trevas e luz, tudo é graça Deus nos conduz.”

(Padre Jobson)

Resumo

Este estudo teve como objetivo realizar uma análise do clima motivacional de um time feminino universitário de Rugby 7's, através dos fatores de orientação às metas (ego e tarefa). Para a análise do clima motivacional foi aplicado o Questionário de Percepção do Clima Motivacional (PMCSQ-2) e um questionário aberto para compreensão do comportamento das jogadoras com discrepantes da média do grupo. Participaram da amostra, 19 jogadoras da modalidade Rugby 7's participantes do time da UnB, selecionadas por conveniência com idade de 23,6 anos \pm 3,0. Os resultados obtidos em cada fator do questionário foram orientação ao ego = 2,37 e orientação à tarefa = 4,49, além dos casos discrepantes a partir da média, os quais alguns foram analisados mais profundamente. Estes resultados mostraram um time com altos níveis de orientação à tarefa, sugerindo que os valores trabalhados nessa equipe geram um ambiente centrado no desenvolvimento individual e no prazer pela prática. Os níveis de orientação ao ego foram considerados baixos, sugerindo no caso deste time, uma possível ação de evitar comparações entre as jogadoras, estratégia utilizada para não gerar frustrações, considerando a grande heterogeneidade do time com relação aos níveis de habilidades técnicas. As recomendações para a intervenção foram baseadas no trabalho em grupo e na autorregulação das jogadoras, com o intuito de sugerir estratégias de ação perante as diferentes influências internas, externas e objetivos traçados.

Palavras chaves: motivação, clima motivacional, orientação à tarefa, orientação ao ego.

Abstract

The aim of this study was analyze the motivational climate of university female time of Rugby 7's, through goal-oriented factors (ego and task). For a motivational climate analysis, the Motivational Climate Perception Questionnaire (PMCSQ-2) was applied and an open questionnaire was used to understand the behavior of the female players with group average discrepancies. Participated in the sample, 19 players of the Unb Rugby 7 participants, selected for convenience with age of 23.6 years old \pm 3.0. The results obtained in each factor of the questionnaire were ego orientation = 2.37 and the task orientation = 4.49, besides the discrepant cases from the average, which were analyzed more deeply. These results showed a time with high levels of task orientation, suggesting that the work systems are centered environment with individual development and pleasure for the practice. The levels of ego orientation suggesting in the case of this time, a possible action to avoid comparisons between players, strategy used to avoid frustration, considering a great heterogeneity of time in relation to levels of technical skills. The recommendations for intervention were based on the group work and the self-regulation of the players, with the purpose of suggesting the strategy of action to the different internal, external influences and objectives traced.

Keywords: motivation, motivational climate, task orientation, ego orientation.

Agradecimentos

Quero agradecer primeiramente a Deus por ter me fortalecido com seu amor e misericórdia e por ter colocado tantas pessoas boas na minha vida e a Maria Santíssima por sua intercessão.

Quero agradecer minha família, meus tios: Paulo Victor, Francisco Nei, Antônio de Souza Brandão e Rodrigo Otávio que considero meu segundo pai, minha tia Leila Maria que me guiou durante minha formação e sempre me apoiou junto com o Tio Brandão a manter o foco e ser uma boa pessoa.

Aos meus pais Cláudia Maria e Airton Vasconcelos por me educarem com tanto amor, zelo e serem a inspiração da minha vida, são o que quero ser quando eu crescer e as minhas irmãs: Clara e Clarice por sempre me ajudarem no que eu preciso e me amar.

Aos meus melhores amigos Nicolas e Vinícius, meu primo que sempre me desafiaram a nunca desistir e estiveram ao meu lado mesmo estando longe.

Neste tempo em que realizei a graduação tive inúmeros exemplos de caráter e profissionalismo e agradeço aos meus amigos Matheus Hiroyuki, Davi Alves, pelas conversas e ensinamentos, ao Matheus Vicentin por ter me auxiliado no dia da aplicação dos questionários e ao time de Rugby feminino da UnB.

Ao professor Leonardo Lamas meu maior exemplo de profissional e de educador, aos professores que me ensinaram o pouco que sei e a professora Lúcia Kobayashi por sempre me estimular com discussões produtivas e com espírito crítico e ao meu amigo Edgard que é um exemplo de sabedoria, carinho e humildade.

Devo agradecimentos também ao meu orientador Alexandre Luiz Gonçalves de Rezende que me ajudou na minha primeira produção científica na graduação e agora na última, sempre me guiando e sendo um exemplo de tranquilidade e objetividade, a professora Cláudia Goulart que engrandeceu minha formação com tanta experiência e me motivou a sempre enxergar o meu potencial.

E por fim, queria agradecer a minha parceira Paula Beatriz Silvestre Melo, por me amar, oferecer sempre todo suporte e ter me feito enxergar tanta alegria em momentos de tristeza, agradeço a Deus por este trabalho e por ter enviado esse anjo nessa fase de minha vida e peço para que esteja para sempre comigo.

Sumário

1. Introdução..... 11

2. Metodologia 15

3. Resultados..... 17

4. Discussão 18

5. Conclusão..... 23

6. Referências Bibliográficas 25

Anexo 1 29

Anexo 2 30

1. Introdução

Segundo (Dorman & Gaudiano, 1995) a palavra motivação é comumente usada, porém, não facilmente definida no contexto científico. O conceito de motivação está relacionado ao comportamento humano quando é analisado através de aspectos mais instintivos e reflexos. Geralmente, a motivação para o comportamento está ligada à satisfação das necessidades básicas, logo, é chamada de motivação primária. Nosso interesse de estudo, no entanto, dirige-se para a motivação secundária, guiada pelas emoções e pela vontade das pessoas, mesmo estando cientes de que o aspecto instintivo continua a exercer influência sobre nossos comportamentos.

A motivação secundária, portanto, está pautada no estado emocional que é tipicamente relacionado aos comportamentos mais complexos do que a simples reflexos. Estudos realizados pela psicologia sobre motivação em geral são realizados através de dois ramos, um direcionado ao estudo do ambiente e aos diferentes modos de se manipular ou analisar o comportamento através de padrões de comportamento e o outro modo é através da análise fisiológica, a fim de tornar clara a explicação da origem neural ou endócrina da motivação ao passo que estudos também tentam identificar variáveis fisiológicas e regiões neurais que estão relacionadas com o comportamento motivacional (DORMAN & GAUDIANO, 1995). No caso deste estudo, o ramo utilizado para compreensão da motivação foi relacionado com o ambiente e o comportamento dos indivíduos.

A partir desses aspectos, as compreensões dos processos motivacionais provem da análise de quais são os motivos e intenções que guiam um indivíduo a persistir no aprendizado esportivo e a tentar melhorar seu desempenho, mesmo quando enfrenta diversas dificuldades durante o exercício. No entanto, há indivíduos que desistem com mais facilidade, retraem-se frente a dificuldades do treinamento, não têm ânimo para persistir e não possuem um impulso próprio para investir e perseguir o alcance do seu verdadeiro potencial (GOULART, 2007).

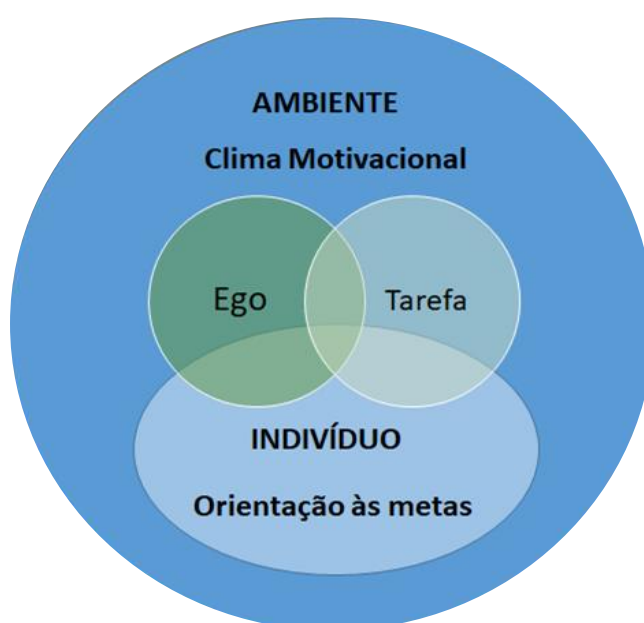
O estudo dos processos motivacionais aplicados ao esporte e à atividade física contribui para a compreensão dos motivos e intenções que levam o aprendiz: a persistir no aprendizado e a tentar melhorar seu desempenho; a desistir facilmente, retrair-se e desanimar frente à prática proposta (GOULART C., 2007).

Sendo assim, para compreender as questões que envolvem o comportamento de jogadoras de um time universitário de Rugby, baseamos esta

pesquisa na análise do clima motivacional, conceito proposto pela teoria de metas de realização (NICHOLLS, 1989; NICHOLLS et al. 1985). O clima motivacional pretende analisar a motivação de uma equipe esportiva tomando por base a percepção subjetiva que as jogadoras têm das diversas situações socioambientais que caracterizam o treino e a competição. (AMES, 1984a, 1984b).

Segundo Duda (2005), um dos construtos centrais na Teoria das Metas de Realização que tem sido examinado consistentemente em pesquisas da psicologia do esporte e do exercício físico é a percepção do clima motivacional. Esse construto permite definir se a motivação das jogadoras, durante o treinamento e a competição, orienta-se por meio de aspectos relacionados com a autossuperação (denominado de “orientação à tarefa”) e/ou por meio de aspectos que priorizam a comparação social com outros (denominado de “orientação ao ego”).

O constructo das orientações às metas analisam a percepção do atleta e o porquê de suas escolhas e tomadas de decisões diferenciadas em momentos distintos de jogo e/ou treinamento. O construto denominado clima motivacional refere-se à percepção que o indivíduo tem do ambiente que o cerca: seus pais, o técnico, o professor, os amigos e qual a influência motivacional que estes tentam impor sobre ele. A intenção deste construto é analisar como o indivíduo percebe o ambiente e como ele deixa-se influenciar por ele e cada pessoa tem uma maneira diferente de se orientar aos seus objetivos de acordo com o ambiente que está presente.



Esquema 1: Representação da interação entre os constructos de orientação às metas e o clima motivacional.

A partir deste esquema pode-se exemplificar a relação do clima motivacional com o ambiente assim como, a relação do indivíduo com a orientação às metas, ou seja, o clima motivacional com características de orientação à tarefa ou ao ego pode influenciar tanto a percepção quanto o comportamento do indivíduo e direcioná-lo a esses dois tipos de orientação.

Outra teoria que auxiliará na compreensão da percepção das jogadoras é a Teoria da Autodeterminação, elaborada por Deci & Ryan (1985) que distingue a motivação a partir de diferentes razões ou objetivos que dão origem a determinadas ações (HANCOX et al. 2015). Essa distinção pode ser caracterizada através de duas classificações motivacionais, extrínseca e intrínseca. A primeira pode ser definida através da ação que é inerente ao indivíduo, o comportamento da pessoa é influenciado predominantemente pelos seus sentimentos, emoções, pensamentos e experiências internas mais do que pelo ambiente que o contorna. Por isso, quanto mais autodeterminada uma pessoa for para realizar certa atividade, maior será sua motivação intrínseca para a mesma. Já a motivação extrínseca se configura pela influência do ambiente externo sobre o indivíduo através de vários fatores relacionados a pessoas e situações que ocorrem no ambiente de ação do indivíduo e como esses fatores interferem nele (RYAN & DECI, 2000; 2013).

Portanto, neste estudo usaremos o clima motivacional para compreender o ambiente de um time universitário da modalidade Rugby Sevens.

Por isso, primeiramente é necessário compreender como este esporte funciona. O Rugby é um esporte coletivo que proporciona benefícios sociais e a saúde, de modo que seus jogadores devem ser preparados psicologicamente devido à demanda psicológica exigida. É responsabilidade de todos os jogadores entenderem como se joga e como jogar de modo seguro e estimular todos os jogadores a realizarem o melhor do seu potencial, independente do jogo e do adversário.

O time de Rugby da Universidade de Brasília surgiu em março de 2014 sendo caracterizado pela categoria de Rugby sevens que se tornou olímpica em 2016 e integrará os jogos Olímpicos de Tokyo 2020, jogada no mundo inteiro. Essa modalidade é jogada no campo inteiro, porém com apenas sete jogadoras de cada lado, ou seja, menos da metade da quantidade normal de jogadoras sendo 15 de cada lado, fazendo com que o espaço para a corrida e o desgaste físico seja muito grande, tornando o jogo rápido e potente com uma demanda elevada de

desempenho físico (<https://www.worldrugby.org>).

A compreensão das relações motivacionais e suas características são contribuições importantes para que haja uma discussão sobre a necessidade de promover modificações no ambiente da prática e com isso auxiliar não apenas o time de Rugby, mas também sua treinadora a ter uma visão mais completa acerca do comportamento de suas jogadoras. Pretende-se, dessa maneira, favorecer o surgimento de um ambiente mais propício à realização da modalidade, não apenas preparando as jogadoras para os desafios pessoais, nos quais quanto melhor a experiência de autoconhecimento, melhor será a capacidade de resolvê-los, como também, aumentando a sua capacidade de obter melhores desempenhos no esporte.

Objetivo Geral

Analisar o clima motivacional do time feminino de Rugby Sevens da UnB, por meio da aplicação presencial, às 19 jogadoras, do Questionário de Percepção do Clima Motivacional – PMCSQ-2, que permita identificar os fatores: orientação ao ego e orientação à tarefa;

Objetivos Específicos

- 1) Realizar, de maneira complementar, a aplicação online, por meio de um aplicativo de celular, de questionários com as jogadoras que tiverem resultados discrepantes em relação à média do grupo.
- 2) A partir do questionário online, identificar e analisar os aspectos subjetivos que modulam as suas percepções acerca do clima motivacional.
- 3) Com base no questionário online, foi apresentado possíveis intervenções a serem realizadas em função das características motivacionais do grupo.

2. Metodologia

Modelo do Estudo

Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, de caráter exploratório e com amostra por conveniência. Com o objetivo de avaliar e discutir as características do clima motivacional das jogadoras do time de Rugby sevens da Universidade de Brasília (UnB).

Descrição da Amostra

Participaram da amostra, 19 jogadoras da modalidade Rugby 7's participantes do time da UnB, selecionadas por conveniência com média de idade de 23,6 anos \pm 3,0 apenas do sexo feminino.

Instrumentos

Foi aplicado, presencialmente, o Questionário de Percepção do Clima Motivacional – PMCSQ-2 validado, adaptado e traduzido por (Benck, 2006), este questionário composto por 33 itens avalia o clima motivacional através de dois fatores, orientação ao ego (16 itens) e orientação à tarefa (17 itens). Estes itens eram seguidos de uma escala de Likert que varia de 1 “Discordo totalmente” à 5 “Concordo totalmente” para as respostas dos itens.

Foram também aplicados, de forma online, com o auxílio de um aplicativo de celular, dois questionários com as três atletas que apresentaram níveis de orientação ao ego e a tarefa distintos do grupo. Os questionários tinham 3 questões abertas, relacionadas com motivações pessoais, expectativas esportivas e percepções sobre a comparação com os outros ou a auto-superação, com o intuito de obter informações adicionais que auxiliem na compreensão do fenômeno motivacional.

Procedimento de Coleta de Dados

O questionário PMCSQ-2 foi aplicado por apenas um avaliador no final de um dia normal de treino, com a autorização das atletas presentes seguindo o manual desenvolvido pelo Laboratório de Psicologia do Esporte e da Atividade Física da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília. Foram aplicados dois questionários após a coleta dos resultados, realizados por meio de mensagens eletrônicas, nos quais um questionário com três perguntas foi aplicado a duas jogadoras que estavam entre os menores escores relacionados à orientação ao ego.

O segundo questionário composto por 6 perguntas foi respondido por apenas uma jogadora que obteve o menor valor de orientação à tarefa do grupo e o maior escore de orientação ao ego entre as jogadoras do time.

Tratamento dos Dados

Foi utilizado para a análise dos dados o software SPSS 23 para Windows. Deste modo realizou-se uma análise através de estatística descritiva, para média e valores extremos encontrados. Para a análise da entrevista foram observadas às características das respostas e a relação com cada modelo de orientação às metas.

3. Resultados

Tabela 1: Escores dos fatores do clima motivacional.

Grupo	Orientação à Tarefa		Orientação ao Ego	
	Média	DP	Média	DP
Jogadoras	4,49	± 0,35	2,37	± 0,63

Quadro 1: Síntese das respostas obtidas com o questionário aberto

Respostas das jogadoras com menores escores de orientação ao ego
Questão 1 - Por quais motivos você treina Rugby?
<u>Resposta</u> (caso 7): filosofia de igualdade e colaboração.
<u>Resposta</u> (caso 13): escolha por um esporte que possuísse senso de grupo.
<u>Resposta</u> (caso 10): diversidade técnica do esporte e filosofia.
Questão 2 - O quanto você se preocupa em ser melhor ou pior que as outras jogadoras?
<u>Resposta</u> (caso 7): superação pessoal e colaboração com o melhor desempenho.
<u>Resposta</u> (caso 13): preocupação apenas com a superação pessoal.
<u>Resposta</u> (caso 10): preocupação com a superação individual e da equipe.
Questão 3 - Você tem interesse em continuar treinando Rugby depois que sair da UnB?
<u>Resposta</u> (caso 7): sou recém-formada e pretendo continuar treinando.
<u>Resposta</u> (caso 13): possui muito interesse.
<u>Resposta</u> (caso 10): apresenta interesse na continuação da prática.
Respostas da jogadora com maior escore de orientação ao ego e menor de orientação a tarefa
Questão 1 - Você pretende competir e ganhar medalhas na modalidade?
<u>Resposta</u> (caso 10): Gosta de desafios, porém não é a meta principal.
Questão 2 - Você sente dificuldade em perceber seu desempenho em campo?
<u>Resposta</u> (caso 10): sente bastante dificuldade, necessita de <i>feedback</i> da equipe.
Questão 3 - Em sua opinião o que mais te influencia a tentar se esforçar nos treinos e nos jogos?
<u>Resposta</u> (caso 10): superação do desempenho individual e a evolução da equipe.

4. Discussão

Verifica-se na tabela 1 que a média das respostas da equipe em relação à orientação a tarefa foi considerada alta, já que o máximo da escala *Likert* é cinco. Sendo assim, quando observamos que este clima motivacional está relacionado à preocupação em realizar a tarefa de forma satisfatória, em progredir no rendimento e melhorar as habilidades individuais (PINEDA-ESPEJEL, LÓPEZ-WALLE, & TOMÁS, 2015).

Deste modo, ao encontrarmos tais características que compõem a orientação à tarefa podemos associa-la à teoria da autodeterminação explicada por (DWECK & MOLDEN, 2005) (RYAN & DECI, 2000), a qual define alguns tipos de motivação entre elas a motivação intrínseca e extrínseca. No caso da comparação com a orientação à tarefa, de acordo com os estudos de (EKAITZ SAIES ET AL., 2014), (NTOUMANIS N., 2001) e (MÁRTINEZ L. et al., 2016) a motivação intrínseca possui uma correlação positiva e forte com a orientação à tarefa, pois se caracteriza pela preocupação com o desempenho individual, com o desejo e a satisfação em realizar a atividade, priorizando a sua execução mais do que o resultado a ser alcançado comparativamente a outras pessoas.

Outra característica do grupo de jogadoras que deve ser levada em consideração na análise do alto valor de orientação à tarefa, é a heterogeneidade. As jogadoras são muito diferentes entre si em relação às capacidades físicas, à experiência competitiva e ao conhecimento tático sobre a modalidade. Em função disso, os treinos são marcados por um ambiente de incentivo ao desenvolvimento individual, de acordo com o potencial e o nível de habilidade de cada jogadora. Sugere-se, portanto, que as estratégias de apoio recíproco entre as jogadoras implicam em um menor grau de cobranças para um desempenho individual destacado, como também, evita comparações entre as jogadoras.

O Rugby Sevens é uma modalidade exigente e pouco difundida no Brasil, o que explica o reduzido número de pessoas interessadas. O clima de respeito e incentivo, portanto, é fundamental tanto para atrair novas jogadoras, sempre inseguras na fase de iniciação esportiva, como para evitar a evasão das jogadoras que já estão envolvidas com a modalidade.

Por consequência, esses fatores geram um clima motivacional mais orientado à tarefa, para a manutenção no nível de motivação das jogadoras, independente das diferenças de desempenho evitando a exclusão e desistência da prática esportiva.

Os escores de orientação ao ego, no entanto, foram baixos, fato que não é comum no resultado de estudos sobre a motivação entre atletas de alto rendimento de outras modalidades, que costumam possuir escores altos tanto no fator orientação à tarefa quanto no de orientação ao ego (MARTÍNEZ, LLORCA, TELLO, & NÚÑEZ, 2016).

Porém, ao observar o caso específico do time de Rugby pode-se sugerir que devido ao razoável tempo de existência do time, algumas jogadoras podem ter pouca experiência na prática do esporte. A composição bem variada do grupo de jogadoras que reúne jogadoras com grande experiência ao lado de iniciantes pode ser uma das explicações a serem investigadas posteriormente para justificar os escores baixos na orientação ao ego.

Desse modo, os aspectos relacionados com a motivação que decorre da comparação social com outras jogadoras, de uma expectativa de resultados positivos nas competições, do reconhecimento das suas habilidades pelas outras pessoas que compartilham o ambiente esportivo ainda não são evidenciados nesse grupo. (MARTÍNEZ et al., 2016) e (EKAITZ SAIES et al, 2014).

Outro aspecto observado pode estar relacionado ao fato de que a média de idade das jogadoras elevada ($23,6 \pm 3$ anos) e o tempo de existência do time podem sugerir que este começo tardio na vida competitiva seja substituído por uma prática voltada apenas pelo prazer de jogar a modalidade e pela confraternização com outras pessoas que desfrutam dos mesmos interesses.

Segundo (NTOUMANIS, 2001), o ambiente também pode influenciar na intenção do atleta, sendo assim, se o ambiente estimula e valoriza as competições e o reconhecimento das habilidades pelos outros, os atletas tendem a buscar esses objetivos. No entanto, se o ambiente ressalta as melhorias individuais e a aprendizagem os atletas buscam esses objetivos. Por isso, o ideal seria um equilíbrio entre esses dois estímulos motivacionais, juntado suas partes positivas formando uma provável estrutura que esteja relacionada com o êxito esportivo (EKAITZ SAIES et al., 2014).

A análise dos valores discrepantes, indicou os 5 maiores e menores escores de orientação ao ego e à tarefa das jogadoras do time de Rugby Sevens da UnB. Se a média dos resultados obtidos com a aplicação do questionário PMCSQ-2 fornece ao treinador uma compreensão das características gerais da equipe, os valores discrepantes, por sua vez, chamam a atenção para a existência de jogadoras que

fogem a esse padrão, logo, que apresentam necessidades diferenciadas em relação ao grupo.

No intuito de compreender a especificidade da percepção subjetiva dessas jogadoras, escolhemos 3 casos dentre os valores discrepantes para aplicação de um questionário adicional. Em seguida, nos dedicamos à análise das informações obtidas com essa metodologia.

As jogadoras com escores baixos de orientação ao ego confirmaram a despreocupação com a comparação social, com relatos que destacam o foco na auto superação, como os descritos a seguir:

“Não me preocupo em ser melhor do que ninguém. Sempre me preocupei em ser melhor que eu mesma, para evoluir e poder sempre colaborar com o meu time” (Entrevistada caso 7).

“Não me preocupo em ser melhor que as outras meninas, mas sim, em me superar”. (Entrevistada caso 13).

Ntoumanis (2001) sugere que uma das estratégias de trabalho mais eficientes para fortalecer a coesão entre as jogadoras e evitar a evasão é a ênfase nos aspectos relacionados com a autoavaliação, pois, diminui a competição interna e concentra os esforços na colaboração recíproca e no aperfeiçoamento da capacidade individual, como a melhor maneira de contribuir para o sucesso da equipe. Essa estratégia, no entanto, pode dificultar o aumento da orientação ao ego.

No caso 10, que se destaca por ser a jogadora com o nível de orientação ao ego mais alto e o de orientação à tarefa mais baixo, ou seja, exatamente o contrário da média do grupo como um todo. Após a realização das perguntas, foi possível perceber algumas características a serem consideradas na análise e que devem ser alvo de um estudo posterior. A jogadora possui uma longa experiência atlética antes de começar a prática do Rugby, o que lhe confere um perfil de atleta mais competitivo. Apesar de reconhecer-se como competitiva, a jogadora ressalta que isso não significa que ela tenha interesse em se destacar mais que as outras.

Outro fato interessante, é que a jogadora afirma ter dificuldade em avaliar o seu crescimento necessitando do *feedback* de suas companheiras para ter uma noção clara de sua melhora, portanto, é possível, que essa dificuldade para realizar uma auto-avaliação esteja interferindo nos seus níveis de orientação à tarefa.

Recomendações

A fim de aproximar as jogadoras do time de Rugby da UnB dos escores observados em atletas de alto rendimento, se compreendermos que esse padrão é o que oferece as melhores condições para o desenvolvimento das habilidades pessoais e a otimização do rendimento esportivo em competições, devemos procurar estratégias que mantenham os altos escores de orientação a tarefa e aumentem os de orientação ao ego.

Gradreau, Carraro e Miranda, (2011) sugerem que recorrer a autorregulação, definida como a capacidade de o próprio indivíduo elaborar um plano de metas, que é caracterizado pela definição de objetivos a serem cumpridos, seguindo uma ordem crescente de importância e de magnitude, que exijam uma progressão de objetivos menores para maiores. Minimiza-se, dessa maneira, a possibilidade de frustração, pois, desenha-se um treinamento compatível com o objetivo a ser alcançado até se atingir a meta final.

Por meio do planejamento de metas, por exemplo, é possível requerer da jogadora a busca de resultados competitivos viáveis, que sejam importantes para o grupo como um todo, e que despertem nela o interesse em fortalecer aspectos relacionados com a orientação ao ego, que se revelam produtivos para o seu rendimento esportivo e, conseqüentemente, da equipe como um todo (Ulstad, Halvari, Sørebo, & Deci, 2016).

Por isso, baseados na teoria desenvolvida por Zimmerman (2000), uma possível intervenção para auxiliar as atletas é formada por três fases. A primeira é chamada de fase prévia caracterizada pela definição de objetivos e planejamento de estratégias, ou seja, as atletas irão determinar quais objetivos desejam alcançar durante a temporada, no caso do time de Rugby essas metas podem ser estabelecidas individualmente e coletivamente de acordo com as expectativas de cada jogadora. Posteriormente há a fase de realização, centrada na auto-observação e no autocontrole do desempenho e da motivação, nessa fase as jogadoras colocaram em prática o esforço que planejaram na etapa anterior.

A terceira e última fase é formada pela autoavaliação e reflexão sobre as atitudes tomadas, as ações e reações adaptativas das atletas fazendo com que esse processo seja cíclico e que apesar de ser principalmente individual o time possa aplicar esses processos de forma grupal extravasando as metas das atletas e trabalhando as motivações coletivas, avaliando se as atitudes escolhidas as levaram

para o objetivo que almejaram.

Uma última sugestão que pode auxiliar as jogadoras com relação ao clima motivacional é a discussão das metas individuais das jogadoras e como cada uma se sente em relação ao ambiente de treinamento, ao nível de cobrança exigida e os *feedbacks* positivos e negativos em relação às ações do time e de cada integrante da equipe. Além dessa discussão, atividades fora do contexto esportivo podem ajudar na coesão e extrapolação desse convívio fora dos treinos, aumentando a intimidade entre as jogadoras fazendo com que as relações interpessoais se fortifiquem e a comunicação entre as líderes e as próprias atletas se torne mais coesa e eficaz (AVALOS et al., 2015).

5. Conclusão

Na avaliação do clima motivacional das jogadoras de Rugby Sevens da UnB encontramos altos escores de orientação à tarefa e escores baixos de orientação ao ego.

Os escores de orientação à tarefa podem estar relacionados com a falta de cobrança pelo rendimento, o que produz um ambiente de treinamento marcado pela dedicação à aprendizagem e ao aperfeiçoamento das habilidades esportivas. Em uma modalidade pouco difundida no Brasil, essa característica incentiva à adesão e minimiza a evasão das jogadoras.

Os escores de orientação ao ego podem ser explicados pelo fato de que a maioria do grupo pode estar em uma fase de iniciação esportiva e que, portanto, tem pouca experiência na prática do esporte. É preciso considerar também, que a motivação principal das jogadoras pode estar voltada para o prazer de jogar e confraternizar com outras pessoas que desfrutam dos mesmos interesses.

O relato de uma das jogadoras sugere que a orientação ao ego pode ser importante para desafiar e inspirar as jogadoras a desejarem ser iguais a outras colegas que já alcançaram níveis elevados de habilidade e competição.

A análise dos valores discrepantes destaca a importância de considerar as jogadoras em suas necessidades e características individuais, pois, algumas jogadoras podem apresentar um perfil totalmente diferenciado do grupo como um todo, e correr o risco de serem negligenciadas pelo treinador, caso esse não esteja atento ao comportamento individual das atletas.

Por fim, após a percepção do clima motivacional desta equipe foi possível verificar algumas limitações do estudo como o padrão dos modelos de entrevista e perguntas escolhidas, a amostra pequena que impossibilitou qualquer tipo de correlação entre idade e as orientações às metas e a aplicação de outros questionários que caracterizam mais especificamente as atletas e possíveis variáveis que as influenciam na prática do esporte.

Para estudos futuros sugere-se uma amostra maior de jogadoras, coleta de informações sobre tempo de treinamento no esporte, perspectivas futuras na modalidade, regularidade nos treinos e variáveis de condicionamento físico visando possíveis correlações com os níveis de orientação ao ego e à tarefa.

Sendo assim, com análises mais completas e detalhadas será possível expressar com mais realidade as características motivacionais do grupo,

podendo se estender a outras modalidades e auxiliando jogadores e técnicos a alcançarem êxito em seus objetivos.

6. Referências Bibliográficas

Ames, C. (1984a). Competitive, cooperative, and individualistic goal structures: A cognitive-motivational analyses. In: R. Ames & C. Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Vol. 1. Student motivation* (p. 177-208). New York: Academic Press.

Ames, C. (1984b). Conceptions of motivation within competitive and non-competitive goal structures. In: R. Schwarzer (Ed.), *Self-related cognitions in anxiety and motivation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Benck, R. T. (2006). Retreinamento das atribuições de sucesso e fracasso no esporte: uma proposta de intervenção pedagógica. Deci, E. L. 8: Ryan, RM (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York and London: Plenum.

Dorman, C., & Gaudiano, P. (199AD). Motivation. In M. Arbib (Org.), *Handbook of Brain Theory and Neural Networks* (p. 1–15).
Duda, J. L. (2005). Motivation in sport. The relevance of competence and Achievement goals. 318-335.

Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological review*, 95(2), 256.

Dweck, C., & Molden, D. (2005). Self-theories: Their impact on competence motivation and acquisition. In A. Elliot, & C. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (122-140). New York: Guilford.

Dweck, C.S. (2006). *Mindset*. New York: Random House
 Elliot, A., & Dweck, C.S. (Eds.) (2005). *The handbook of competence and motivation*. New York: Guilford.

Dweck, Carol S. *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press, 2000.

Gaudreau, P., Carraro, N., & Miranda, D. (2012). From goal motivation to goal progress: the mediating role of coping in the Self-Concordance Model. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(5), 507-528.

Goulart, C. M. dos S. (2007). *Motivação e esporte: um programa de intervenção das metas de realização em jovens atletas*.

Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. (2016). The trans-contextual model of autonomous motivation in education: Conceptual and empirical issues and meta-analysis. *Review of educational research*, 86(2), 360-407.

Hancox, J., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., & Quested, E. (2015). *Self-Determination Theory*. In, *Essentials of Motivation & Behaviour Change* (pp. 68-85). Brussels: Europe Active.

Martínez, L. N., Llorca, J. A. S., Tello, F. P. H., & Núñez, M. L. (2016). Diferencias de metas deportivas entre estudiantes de educación física y deportistas: Análisis de la invarianza del modelo entre ellos. *Universitas Psychologica*, 15(4), 1–11.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.mdee>

Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.

Nicholls, J. G., Patashnick, M., & Nolen, S. B. (1985). Adolescents' theories of education. *Journal of Educational Psychology*, 77(6), 683.

Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397–409. <https://doi.org/10.1080/026404101300149357>

Pineda-Espejel, A., López-Walle, J., & Tomás, I. (2015). Factores situacionales y disposicionales como predictores de la ansiedad y autoconfianza precompetitiva en deportistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 55–69. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232015000200007>

Polydoro, S. A. J., & Azzi, R. G. (2009). Autorregulação da aprendizagem na perspectiva da teoria sociocognitiva: introduzindo modelos de investigação e intervenção Soely Aparecida Jorge Polydoro Roberta Gurgel Azzi. *Psicologia da Educação*, 29, 75–94.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2013). Toward a Social Psychology of Assimilation: Self-Determination Theory in Cognitive. *Self-regulation and autonomy: Social and developmental dimensions of human conduct*, 40, 191.

Saies, E., Arribas-galarrag, S., Cecchini, J. A., Luis-De-Cos, I., & Otaegi, O. (2014). inteligencia emocional y satisfacción con los resultados deportivos entre piragüistas expertos y novatos Differences in goal orientation , self-determined motivation , emotional intelligence and sport satisfaction between expert and novice canoeing paddle. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 21–30. Recuperado de <http://148.231.10.114:3079/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=46&sid=d2358eb6-ecf4-451b-8ffb-443ed0de1b0e%40sessionmgr4010>.

Ulstad, S. O., Halvari, H., Sørenbø, Ø., & Deci, E. L. (2016). Motivation, Learning Strategies, and Performance in Physical Education at Secondary School. *Advances in Physical Education*, 6(1), 27–41. <https://doi.org/10.4236/ape.2016.61004> acessado em: 30/10/17 – 22h51min.

Anexo 1

PMCSQ-2

QUESTIONÁRIO DE PERCEÇÃO DO CLIMA MOTIVACIONAL – PMCSQ-2

Por favor, pense sobre como você tem se sentido treinando em sua equipe durante esta temporada. O que normalmente tem acontecido? Leia as questões abaixo cuidadosamente e responda cada uma delas de acordo com o que você tem visto no típico ambiente da sua equipe. Naturalmente que percepções variam de pessoa para pessoa, então esteja seguro em usar o tempo que for necessário respondendo as questões abaixo tão honestamente quanto você possa. Circule o número que corresponde ao que melhor representa como você se sente:

1	2	3	4	5
Discordo Totalmente	Discordo	Nem discordo Nem concordo	Concordo	Concordo Totalmente

NA NOSSA EQUIPE...

1. ... o técnico quer que nós tentemos novas técnicas.	1	2	3	4	5
2. ... o técnico fica irritado quando um atleta comete algum erro.	1	2	3	4	5
3. ... estrelas da equipe recebem mais atenção do técnico.	1	2	3	4	5
4. ... cada atleta contribui de uma forma importante para a equipe.	1	2	3	4	5
5. ... o técnico acredita que todos nós somos importantes para o sucesso da equipe.	1	2	3	4	5
6. ... o técnico elogia os atletas somente quando eles têm um rendimento superior a seus companheiros de equipe..	1	2	3	4	5
7. ... o técnico acha que somente as estrelas da equipe contribuem para o sucesso da equipe.	1	2	3	4	5
8. ... os atletas sentem-se bem quando eles tentam fazer o seu melhor..	1	2	3	4	5
9. ... os atletas são colocados para fora da equipe quando cometem falhas.	1	2	3	4	5
10. ... todos os diferentes níveis de habilidades dos atletas têm papel importante na equipe.	1	2	3	4	5

11. ... os atletas ajudam uns aos outros durante a aprendizagem.	1	2	3	4	5
12. ... os atletas são encorajados a ter um desempenho superior a seus colegas de equipe.	1	2	3	4	5
13. ... o técnico tem seus atletas favoritos.	1	2	3	4	5
14. ... o técnico verifica se os jogadores têm melhorado nas habilidades nas quais eles não são muito bons.	1	2	3	4	5
15. ... o técnico xinga os atletas pela bagunça da competição	1	2	3	4	5
16. ... os atletas sentem-se bem sucedidos quando eles melhoram.	1	2	3	4	5
17. ... somente os atletas que são "estrelas" recebem elogio do técnico.	1	2	3	4	5
18. ... os atletas são punidos quando cometem erros.	1	2	3	4	5
19. ... cada atleta tem um importante papel na equipe.	1	2	3	4	5
20. ... esforçar-se é recompensador.	1	2	3	4	5
21. ... o técnico encoraja os atletas a ajudarem uns aos outros.	1	2	3	4	5
22. ... técnico deixa claro quem ele acha que são os melhores atletas.	1	2	3	4	5
23. ... os atletas são incentivados quando têm o rendimento melhor do que os seus companheiros de equipe.	1	2	3	4	5
24. ... se você quer participar de uma competição você deve ser um dos melhores atletas	1	2	3	4	5
25. ... o técnico sempre fala que nós devemos tentar fazer o nosso melhor.	1	2	3	4	5
26. ... os melhores atletas são notados e observados pelo técnico.	1	2	3	4	5
27. ... os atletas têm medo de cometer erros.	1	2	3	4	5
28. ... os atletas são encorajados a melhorar os seus pontos fracos.	1	2	3	4	5
29. ... o técnico tem maior preferência por uns atletas em relação aos outros.	1	2	3	4	5
30. ... o objetivo é melhorarmos a cada partida.	1	2	3	4	5
31. ... os atletas realmente trabalham em conjunto como uma equipe.	1	2	3	4	5
32. ... cada atleta sente-se como um importante membro da equipe.	1	2	3	4	5
33. ... os atletas ajudam uns aos outros a se superarem e a obter o seu melhor.	1	2	3	4	5

Anexo 2

Questões abertas aplicadas ao grupo focal 1 (casos 7 e 13)

1. Por quais motivos você trina Rugby?
2. O quanto você se preocupa em ser melhor ou pior que as outras jogadoras?
3. Você tem interesse em continuar treinando Rugby depois que sair da UnB?

Questões abertas aplicadas ao grupo focal 2 (caso 10)

1. Por quais motivos você trina Rugby?
2. O quanto você se preocupa em ser melhor ou pior que as outras jogadoras?
3. Você tem interesse em continuar treinando Rugby depois que sair da UnB?
4. Você pretende competir e ganhar medalhas na modalidade?
5. Você sente dificuldade em perceber seu desempenho em campo?
6. Em sua opinião o que mais te influencia a tentar se esforçar nos treinos e nos jogos?